5.101 Polievka šutolica
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	13,00	13,00	15,00	15,00	17,00	17,00	18,00	18,00
kapusta kyslá b. n.	4,00	4,00	4,70	4,70	5,30	5,30	6,00	6,00
fazuľa suchá	0,70	0,70	0,80	0,80	1,00	1,00	1,30	1,30
múka hladká	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30	0,45	0,45
mlieko	5,00	5,00	5.00	5,00	5,00	5,00	7,00	7,00
smotana	0,50	0,50	0,80	0,80	0,80	0,80	1,00	1,00
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
maslo	0,10	0,10	0,15	0,15	0,25	0,25	0,30	0,30
bobkový list	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Umytú, prebranú fazuľu necháme nabobtnať, prilejeme vodu a dáme variť spolu s bobkovým listom. Zvlášť uvaríme kyslú kapustu. Po uvarení kapustu s fazuľou zmiešame, zahustíme zátrepkou z hladkej múky, mlieka a smotany. Ochutíme soľou, zjemníme maslom a varíme 2 minút.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	346	83	4,00	2,7	0,0	9,5	2,1	102,0	0,8	0,018	0,1	0,1	13,5	0,0
B	414	99	4,44	3,7	0,0	10,8	2,4	111,4	0,9	0,021	0,1	0,1	15,8	0,0
C	489	117	5,00	4,5	0,0	12,5	2,8	118,2	1,1	0,028	0,1	0,1	17,8	0,0
D	633	152	6,62	5,7	0,0	16,6	3,5	152,4	1,3	0,035	0,1	0,2	20,3	0,0